

VareseNews

Tre incontri per conoscere la riflessologia plantare con Varese Corsi

Pubblicato: Martedì 30 Settembre 2025



Un gesto semplice, alla portata di tutti, che può regalare calma, sciogliere tensioni e migliorare la percezione del proprio corpo. È quello che insegna la **riflessologia plantare**, antica pratica che vede nel **pie**de una mappa preziosa della nostra salute e del nostro equilibrio.

Con **Varese Corsi** parte un nuovo corso dedicato a chi desidera avvicinarsi a questa disciplina naturale: tre incontri da **mercoledì 8 ottobre**, dalle 20.30 alle 22.00, presso l'Hub di Varese Corsi.

Il percorso **Riflessologia Plantare** guiderà i partecipanti alla scoperta dei fondamenti della riflessologia, dei punti chiave del piede e delle tecniche pratiche di **automassaggio**, arricchite dall'utilizzo mirato degli oli essenziali. Un'occasione utile per imparare ad affrontare piccoli disturbi quotidiani e inserire un metodo di benessere semplice ed efficace nella propria routine.

Non servono conoscenze pregresse, né materiali particolari: basta la curiosità e la voglia di dedicare tre serate a se stessi.

Per maggiori informazioni e per iscriversi, [cliccare qui](#).

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

